

# **RESILIENSI PADA PEREMPUAN PENYINTAS PELECEHAN SEKSUAL**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I  
pada Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh:

**PRARIYA NAWA SAPTA NANI**  
**F100150139**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2021**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**RESILIENSI PADA PEREMPUAN PENYINTAS PELECEHAN SEKSUAL**

**PUBLIKASI ILMIAH**

Oleh :

**PRARIYA NAWA SAPTA NANI**  
**F100150139**

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen  
Pembimbing



**Taufik Kasturi, M.Si, Ph.D**

## HALAMAN PENGESAHAN

### RESILIENSI PADA PEREMPUAN PENYINTAS PELECEHAN SEKSUAL

oleh:

**PRARIYA NAWA SAPTA NANI**

**F100150139**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Fakultas Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Pada Hari Rabu, 4 Maret 2020  
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji:

1. Taufik Kasturi, M.Si, Ph.D

(  )

(Ketua Dewan Penguji)

2. Dr. Daliman, SU

(  )

(Anggota I Dewan Penguji)

3. Dr. Eny Purwandari, M.Si

(  )

(Anggota II Dewan Penguji)



Dekan,

Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si, Psikolog

NIK.NIDN. 838/0624067301

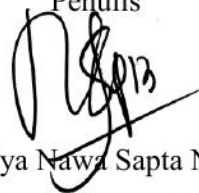
## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kes arjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 4 Maret 2020

Penulis



Prariya Nawa Sapta Nani

F100150139

# **RESILIENSI PADA PEREMPUAN PENYINTAS PELECEHAN SEKSUAL**

## **Abstrak**

Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bangkit dan mampu menyesuaikan diri ke arah positif atau adanya perkembangan dalam situasi sulit, tidak menyenangkan, dan kondisi traumatis. Resiliensi dapat ditinjau dari aspek regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri dan *reaching out*. Penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan resiliensi pada perempuan penyintas pelecehan seksual. Subjek penelitian berjumlah lima orang yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria perempuan korban atau penyintas pelecehan seksual. Pengumpulan data yang dilakukan menggunakan teknik wawancara semi terstruktur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi subjek sampai pada tahap memaafkan dan menerima kejadian yang telah dialami untuk menjalani kehidupan dimasa yang akan datang.

**Kata kunci:** pelecehan seksual, perempuan, dan resiliensi.

## **Abstract**

Resilience is an individual's ability to rise and be able to adjust to a positive direction or there is a development in difficulties, unpleasant, and traumatic conditions. Resilience can be reviewed from cross regulatory aspects, impulse control, optimism, empathy, analysis of the causes of problems, self-efficacy and reaching out. This study attempts to discuss and describe resilience in women survivors of sexy harassment. The research subjects replaced five people with purposive sampling techniques with women and had solved the harassment section. Data collection uses semi-structured interview techniques. The results showed the fact that the subject reached the stage of forgiving and accepting the events that had been done to deal with life in the future.

**Keyword:** sexual harassment, women, and resilience.

## **1. PENDAHULUAN**

Pelecehan seksual sedang ramai dibicarakan di berbagai media masa di Indonesia maupun di luar negeri. Pelecehan seksual pada dasarnya dapat terjadi dimana saja, kapan saja, dan dilakukan oleh siapa saja. Data yang didapatkan dari Catatan Tahunan (CATAHU) Komisi Nasional Perempuan (Komnas Perempuan) tahun 2019 yaitu kasus pemerkosaan dalam perkawinan atau marital rape mengalami peningkatan pada tahun 2018. Hubungan seksual dengan cara yang tidak diinginkan dan menyebabkan penderitaan terhadap istri mencapai 195 kasus pada

tahun 2018. Selanjutnya pemerkosaan oleh orang yang memiliki hubungan darah (incest) masih cukup tinggi dilaporkan pada tahun 2018 mencapai 1071 kasus dalam waktu 1 tahun. Selain incest dan marital rape, hal lain yang menarik perhatian dari kekerasan di ranah privasi adalah meningkatnya pengaduan kasus kekerasan dalam pacaran ke institusi pemerintah (1750 dari 2073 kasus).

Supardi & Sadarjoen (dalam Yudha & Tobing, 2017) berpendapat tentang pelecehan seksual adalah perilaku seksual yang tidak disukai dan diharapkan oleh orang yang menjadi sasaran. Lubis (dalam Yudha & Tobing, 2017) mengemukakan tiga dampak dari pelecehan seksual. Pertama, akan berdampak pada psikologis, seperti menurunnya kepercayaan diri, harga diri, hingga meningkatnya kecemasan, depresi dan ketakutan. Pertama, akan berdampak pada kondisi psikologis. Seperti menurunnya kepercayaan dan harga diri korban. Selain itu memunculkan ketakutan dan kecemasan berlebih, hingga merasa depresi. Kedua, akan berdampak pada kondisi fisik, seperti gangguan makan, gangguan pencernaan, perubahan berat badan, sakit kepala dan menggigil tanpa sebab. Ketiga, akan berdampak pada pekerjaan korban pelecehan seksual, seperti menurunnya kepuasan kerja, semangat kerja dan tingkat kepercayaan diri. Sisca & Moningga (2008) menambahkan dampak psikologis yang muncul yaitu korban kekerasan seksual cenderung menyalahkan keadaan dan orang lain di sekitarnya. Hal ini mengakibatkan para korban sulit menerima keadaan masa lalunya. Kemudian menurut Campbell, Dworkin, & Cabral (2009) beberapa dampak yang dirasakan oleh perempuan korban tindak kekerasan seksual yaitu cenderung mudah mengalami gangguan stress pascatrauma, depresi, bunuh diri, dan terlibat penggunaan narkoba.

Survey daring yang dilakukan oleh Lentera Sintas Indonesia, sebuah LSM yang memberi dukungan untuk penyintas kekerasan seksual, laman petisi daring Change.org dan majalah daring Magdalene.co. didapatkan data bahwa dari 25.213 responden, sekitar 6,5% atau 1.636 orang mengatakan pernah diperkosa. Kemudian 93% lainnya tidak melaporkan peristiwa kejahatan tersebut. Sophia Hage direktur kampanye Lentera Sintas mengatakan bahwa alasan utama para korban pelecehan seksual memilih bungkam dan tidak melaporkan hal tersebut

karena merasa takut dengan stigma negatif dari masyarakat. Hal tersebut sangat disayangkan, seharusnya masyarakat mulai sadar bahwa isu-isu pelecehan seksual bukanlah isu yang tabu untuk dibicarakan (Asmarani, 2016).

Korban pelecehan seksual atau dapat disebut penyintas pelecehan seksual harus dapat berjuang untuk pulih dari peristiwa yang traumatis. Dengan munculnya stigma negatif dari masyarakat tentang korban pelecehan seksual akan membuat masa pemulihan menjadi sulit. Selain itu penghapusan budaya menyalahkan korban harus dilakukan agar korban tidak enggan untuk bercerita. Sehingga para korban pelecehan seksual dapat resiliensi diri atau pemulihan secara efektif. Resilensi sendiri merupakan suatu skill, kemampuan, pengetahuan, insight untuk berjuang, menghadapi kesulitan dan menghadapi tantangan. Kualitas resiliensi setiap orang berbeda. Hal ini dikarenakan kualitas resiliensi ditentukan oleh tingkat intensitas seseorang dalam menghadapi situasi yang tidak menyenangkan, usia, taraf perkembangan, serta seberapa besar dukungan social yang didapatkan dalam pembentukan resiliensi (Garmezy dalam Izzaturrohman & Khaerani, 2018).

Dari wawancara awal yang dilakukan kepada seorang perempuan berinisial X di Purwodadi, pada tanggal 28 Februari 2019 didapatkan hasil bahwa subjek mengalami pelecehan seksual ketika mengendarai sepeda motor. Ada orang yang tidak bertanggung jawab kemudian memeras payudara X. Setelah kejadian tersebut, X langsung melaporkan kepada polisi dan memberi himbauan kepada teman-teman X untuk lebih berhati-hati lewat media sosial. X mengaku tidak takut untuk mengutarakannya karena menganggap hal tersebut bukan merupakan aib dan semua orang wajib mengetahui kejahatan tersebut sehingga dapat lebih berhati-hati. X mengakui bahwa hal tersebut membuat dirinya terpukul. Selain itu X menjadi trauma karena tidak berani berkendara dengan sepeda motor. Pengambilan data juga diperoleh melalui media sosial. Diperoleh data yaitu terdapat 18 perempuan yang mengaku sebagai penyintas pelecehan seksual, dengan usia  $\pm$  18 tahun – 40 tahun berdomisili di sekitar Surakarta, Yogyakarta, Klaten dan Semarang. Jenis pelecehan seksual yang didapatkan mulai dari verbal hingga pemerkosaan. Lebih dari 8 penyintas dilecehkan oleh orang-orang

terdekat. Kemudian, para penyintas tersebut telah mencapai resiliensi yang diawali dari keberanian untuk mengutarakan peristiwa yang dialami kepada orang-orang yang dipercayai.

Ketika penyintas pelecehan seksual mau bercerita kepada orang lain, hal ini mengakibatkan pemulihan yang dialaminya akan lebih mudah dilakukan. Usaha penyintas untuk dapat resiliensi akan lebih efektif. Hal ini didukung oleh pendapat Muhid, Khariroh, Fauziyah, & Andiarna (2018) bahwa dengan adanya dukungan sosial orang-orang terdekat, para penyintas mampu menjalani hidup dengan lebih baik. Menurut Khan dan Bhat (2018) resiliensi adalah suatu kapasitas untuk bertahan dari stressor dan tidak ada ke-tidak fungsian psikologis seperti gangguan kejiwaan maupun emosi negatif yang berlarut. Selain itu resiliensi juga dapat diartikan kemampuan seseorang untuk menghindari disfungsi psikologis yang didapatkan dari pengalaman tidak menyenangkan. Resiliensi merupakan konsep interaktif yang muncul dari keunikan individu ketika menghadapi tekanan berat atau kemalangan. Literasi penelitian terdahulu menganalogikan resiliensi seperti proses melentingnya bola bekel. Proses tersebut merupakan perumpamaan bagi individu yang terpuruk namun mampu bangkit kembali ke kondisi psikologis sebelum menghadapi kemalangan (Dale, Cohen, Kelso, Cruise, Weber, Watson, Burke-Miller, & Brody, 2014).

Khan & Bhat (2018) berpendapat resiliensi merupakan kemampuan untuk beradaptasi dengan baik di dalam kondisi yang berat, trauma maupun tragedi. Sehingga dapat disebut kemampuan “bouncing back” dari suatu pengalaman yang sulit. Tingkat resiliensi tiap individu juga dipengaruhi oleh jenis kelamin. Rinaldi (2010) mengemukakan bahwa resiliensi lebih mudah dilakukan oleh laki-laki. Hal ini dikarenakan perempuan lebih rentan mengalami distress psikologis dibanding laki-laki (Ross & Mirowsky, 2001). Distress psikologis sangat berhubungan dengan tingkat resiliensi individu. Semakin rendah tingkat resiliensi individu, maka akan semakin tinggi tingkat distress psikologis yang dialami individu (Azzahra, 2017).

Herman, Stewart, Diaz-Granados, Berger, Jackson, & Yuen (dalam Saputro & Nashori, 2017) mengemukakan bahwa terdapat tiga sumber yang dapat



mendukung resiliensi pada individu, yaitu personal factors (sifat kepribadian, spiritualitas, fungsi intelektual, regulasi emosi, efikasi diri, dan optimisme). Lalu biological factors (perkembangan struktur otak, fungsi dan sistem dari neurontransmitter), dan terakhir environmental-systemic factors (dukungan sosial, stabilitas keluarga, budaya, dan fasilitas yang diperoleh dari organisasi maupun instansi di luar keluarga). Sumber resilien biasanya juga berasal dari keluarga seperti pendapat Kelly, Albutt, Kabanga, & Anderson menjelaskan bahwa layanan yang tidak hanya berfokus pada penyintas kejahatan seksual, tetapi juga kepada anggota keluarga (dalam Tugade & Fredrickson, 2007). Dukungan dari keluarga turut membantu pemulihan pada korban. Salah satu cara untuk meningkatkan resiliensi adalah kemampuan individu untuk meregulasi berbagai emosi negatif menjadi emosi positif atau sering disebut sebagai regulasi emosi. Menurut Schoon (2006) regulasi emosi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terbentuknya resiliensi pada individu. Lalu Gross & John (2003) berpendapat mengenai regulasi emosi merupakan pemikiran atau peringatan tentang bagaimana individu mengalami dan mengungkapkan emosinya.

Studi numerous behavioral menemukan bahwa resiliensi berkaitan dengan berbagai faktor psikologis seperti afeksi positif dan negatif, regulasi emosi, self-esteem, fleksibilitas emosi, dan sebagainya (Shi dkk, 2018). Selanjutnya menurut Lerner & Steinberg (dalam Dewanti & Suprapti, 2014) resiliensi memiliki dua faktor, yaitu faktor resiko dan faktor protektif. Faktor resiko dapat memberikan efek langsung serta dapat menimbulkan perilaku yang cenderung maladaptif. Sedangkan faktor protektif merupakan karakteristik dari individu sendiri maupun lingkungan yang terkait dengan hasil yang positif. Faktor protektif berperan sangat penting dalam mengurangi efek negatif dari lingkungan yang merugikan dan membantu menguatkan kualitas resiliensi.

Pada penelitian terdahulu ditemukan hasil, bahwa faktor resiko akan membawa pengaruh negatif di beberapa keadaan. Misalnya anak-anak yang terlahir dengan keadaan miskin akan pengalaman hidup yang negatif seperti penganiayaan, kekerasan, pelecehan, kurangnya perhatian dari orangtua, dan status minoritas (Masten, 2001; Rak & Patterson, 1996 dalam Zolkoski &

Bullock, 2012). Resiko-resiko tersebut dapat menghasilkan sesuatu yang negatif seperti penggunaan obat-obat terlarang, perilaku kekerasan, prestasi akademik yang buruk, putus sekolah, kehamilan remaja, tindak pidana remaja, gangguan psikologis dan gangguan emosi (Fergus & Zimmerman, 2005; Resnick et al., 2000; Masten, 2001 dalam Freitas et al. 2017).

Faktor protektif terdiri dari dua faktor, yaitu faktor protektif internal dan eksternal. Faktor protektif internal adalah faktor yang berasal dari individu sendiri. Sementara, faktor protektif eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri individu tersebut, yang terlihat dalam bentuk dan kualitas hubungan di dalam maupun di luar keluarga (Mandleco & Peery, 2000). Selain itu pada penelitian Muhid, Khariroh, Fauziyah, & Andiarna (2018) didapatkan bahwa perasaan bahagia muncul karena para penyintas bertemu dengan teman-temannya yang senasib di tempat tersebut, penyintas juga merasa senang karena sama-sama merasa memiliki pengalaman traumatik yang sama.

Terdapat tujuh aspek resilience menurut Reivich & Shatte (dalam Asriandari, 2015) yaitu: a) Aspek regulasi emosi, kemampuan untuk tetap tenang dalam kondisi tertekan serta mengelola emosi. b) Aspek pengendalian impuls, kemampuan mengendalikan dorongan, keinginan, kesukaan maupun tekanan yang muncul dari dalam diri. c) Aspek optimisme, dimana individu memiliki harapan, impian untuk masa depan dan kepercayaan untuk dapat mewujudkannya. d) Aspek empati, kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda psikologis maupun emosi orang lain. Individu yang resilien dinilai mampu memahami perasaan maupun pemikiran pada orang lain. e) Aspek analisis penyebab masalah, mampu untuk mengidentifikasi penyebab dari permasalahan yang terjadi dalam hidup. f) Aspek efikasi diri, keyakinan individu pada kemampuan yang ada pada diri guna menghadapi dan memecahkan masalah secara efektif. g) Aspek reaching out, untuk dapat meningkatkan aspek positif dalam hidup.

Lima karakteristik resiliensi menurut Wagnild and Young (dalam Sari, Sari & Hernawaty, 2007) yaitu: a) Perseverance adalah sikap seorang individu ketika menghadapi keadaan atau situasi yang sulit dan memiliki keinginan untuk terus berjuang mengembalikan ke kondisi semula. Karakteristik ini lebih mengacu

kepada perjuangan seseorang yang terus-menerus hingga akhir, individu menyelesaikan semua masalah. b) Equanimity lebih mengacu kepada keseimbangan dalam memandang kejadian yang sedang terjadi. Individu yang resilien akan optimis dengan mencari jalan keluar dan peluang dalam situasi yang sulit. c) Meaningfulness merupakan kesadaran individu bahwa dalam hidupnya memiliki tujuan dan diperlukan usaha untuk mencapai tujuannya. Tujuan hidup adalah motivasi internal yang dimiliki seseorang untuk menuntunnya dalam kehidupan. d) Individu yang memiliki karakteristik self-resilience akan belajar dari pengalaman dan akan mengembangkan kemampuannya untuk menyelesaikan masalah. e) Existential aloneness yaitu individu yang resilien belajar untuk hidup dengan kemampuan dan keberdayaan dirinya, sehingga tidak terus menerus bergantung pada orang lain. Dapat dikatakan bahwa individu tersebut mandiri dalam menghadapi kehidupan sesulit apapun itu.

Beberapa penelitian yang dilakukan dengan anak-anak, remaja, dan orang dewasa menunjukkan bahwa ada banyak jalur untuk resiliensi yaitu kombinasi atribut pribadi, keadaan keluarga serta pendukung resiliensi selain keluarga dan hal tersebut adalah hal yang sangat penting untuk pengembangan ketahanan maupun kerentanan dalam suatu keadaan yang sulit (Parson, Fox & Kruijt, 2016). Sebelumnya, terdapat penelitian mengenai kemampuan resiliensi khususnya untuk penyintas pelecehan seksual seperti yang dilakukan oleh Hyu Sisca dan Clara Moningga pada tahun 2018. Penelitian berjudul Resiliensi pada Perempuan Dewasa yang Pernah Mengalami Kekerasan Seksual pada Masa Kanak-kanak yang dilakukan dengan wawancara mendalam pada 3 subjek. Kemudian menghasilkan kemampuan resiliensi yang diperoleh dari lingkungan serta dari segi spiritual, yaitu melakukan pendekatan diri kepada Tuhan. Hal tersebut membawa dampak seperti diterimanya nilai-nilai atau ajaran-ajaran yang positif dan juga menjadikan Tuhan sebagai pegangan hidup yang kokoh untuk mencari kebermaknaan dalam peristiwa kekerasan seksual yang dialami. Sementara itu, subyek yang tidak mengalami resilien dikarenakan faktor internal dirinya sendiri yang cenderung menyalahkan keadaan dan orang lain di sekitarnya sehingga sulit untuk dapat menerima masa lalunya. Perbedaan dari penelitian ini adalah pada

usia kejadian pelecehan seksual pada penyintas. Pada penelitian ini tidak ada batas usia kapan terjadinya pelecehan seksual itu sendiri. Selain itu, pada penelitian ini semua informan adalah penyintas yang telah resiliensi.

Berdasarkan uraian di atas, maka bentuk masalah yang akan dikaji peneliti adalah: Bagaimana proses resiliensi pada perempuan penyintas pelecehan seksual? Apa saja faktor yang mempengaruhi resiliensi penyintas pelecehan seksual?

Penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan resiliensi pada perempuan penyintas pelecehan seksual. Kemudian diharapkan bermanfaat untuk menyumbangkan ilmu yang berguna untuk perkembangan ilmu psikologi, khususnya dalam psikologi sosial, psikologi positif dan psikologi klinis. Bagi masyarakat diharapkan dapat membantu dalam memahami keadaan yang dialami korban pelecehan seksual dan lebih bijak ketika bersikap dengan korban pelecehan seksual. Diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi dengan kaidah psikologi untuk penelitian dengan tema yang kurang lebih sama. Bagi subjek atau informan penelitian diharapkan dapat membantu sesama penyintas pelecehan seksual untuk tetap semangat dan tidak merasa sendiri dalam menjalani kehidupan.

## **2. METODE**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif fenomenologi. Model fenomenologi ini lebih ditujukan guna memperoleh suatu penjelasan dari fenomena di dalam situasi yang natural yang dialami oleh seseorang, daripada mereduksi dari sebuah fenomena dengan mencari suatu ketertarikan atau hubungan sebab-akibat (Hukum Causalitas) dari suatu variable. Pendekatan metode kualitatif fenomenologi ini bertujuan untuk mengungkap, memahami dan mempelajari suatu fenomena serta konteks yang unik dan khas sesuai dengan pengalaman seseorang hingga pada tingkatan “keyakinan” seseorang. (Herdiansyah, 2015).

Gejala penelitian yang akan diteliti atau dibahas di dalam penelitian ini adalah resiliensi pada remaja korban pelecehan seksual. Resiliensi yang dimaksud adalah kemampuan seseorang untuk dapat bangkit dari kejadian yang

menimbulkan kerugian ataupun trauma. Seseorang dikatakan dapat beresiliensi dimulai dari berkembangnya kemampuan untuk bersosialisasi dengan lingkup sosial paling dekat seperti keluarga. Kemudian dapat memaafkan dan menerima kejadian yang telah dialami, selanjutnya menuju ke kemampuan menjalani kehidupan sehari-hari secara normal dan dalam keadaan emosi yang stabil. Serta menjadikan kejadian yang telah dialami sebagai pelajaran untuk kehidupan di masa mendatang.

Informan dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik yaitu purposive sampling yaitu berdasarkan ciri dan kriteria yang sesuai akan kebutuhan penelitian yang terkait (Herdiansyah, 2015).

Penelitian ini menggunakan metode wawancara semi terstruktur dimana wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap subjek berdasarkan guide interview yang disusun oleh peneliti, dimana guide tersebut tidak berisi pertanyaan lengkap namun hanya pokok pertanyaan yang berdasarkan pada ciri variabel yang akan diteliti (Hakim, 2004). Penelitian naratif dimulai dengan cerita yang disampaikan individu sebagai bentuk ekspresi terhadap pengalaman individu, sedang peneliti bertugas untuk menganalisis dan memahami cerita tersebut (Creswell, 2015).

Metode yang digunakan untuk mengetahui kredibilitas penelitian yaitu menggunakan member check. Member checking merupakan proses mengkonfirmasi kembali data hasil wawancara dengan informan penelitian, sehingga informan dapat meninjau kembali, melakukan pengecekan ulang atau memperkuat ringkasan hasil wawancara yang telah disusun peneliti (Raco, 2010). Analisis data yang digunakan adalah dengan analisis data menurut Creswell (2015) yaitu mendeskripsikan pertanyaan serta membuat sebuah catatan secara singkat yang terjadi dalam melakukan sebuah penelitian. Analisis data kualitatif melibatkan proses pengumpulan data yang berupa interpretasi dan pelaporan hasil penelitian. Gejala penelitian yang hendak diungkap dan menjadi fokus pada penelitian ini adalah resiliensi pada perempuan penyintas pelecehan seksual.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Peneliti melakukan pencarian informan melalui media sosial Twitter yang kemudian peneliti mendapatkan kontak pribadi informan. Kemudian peneliti menanyakan kesediaan dari para informan. Setelah itu peneliti melakukan pendekatan/building rapport dengan informan. Waktu dan tempat untuk wawancara ditentukan berdasarkan kesepakatan bersama oleh peneliti dan informan. Informan pada penelitian ini berjumlah 5 perempuan yang merupakan penyintas dari pelecehan seksual dan tidak ada keterbatasan usia informan maupun tahun kejadian yang dialami informan. Alasan tidak adanya keterbatasan usia informan maupun tahun kejadian terjadi pelecehan seksual yang dialami karena tidak adanya batasan usia dan jenjang waktu dalam proses untuk seseorang dapat beresiliensi.

Peneliti menggunakan panduan wawancara (guide interview) yang telah disusun sesuai dengan tujuan penelitian. Panduan wawancara yang digunakan oleh peneliti dan dapat berubah sesuai dengan situasi maupun kondisi penelitian saat dilaksanakannya wawancara baik berupa pengembangan maupun penyempitan dari panduan wawancara yang sudah ada. Selanjutnya sebelum melakukan wawancara peneliti menjelaskan kepada informan terkait tujuan penelitian. Informan juga melakukan pengisian lembar persetujuan informan atau informed consent (IC). Selain itu peneliti menjelaskan bahwa selama wawancara berlangsung akan direkam dengan alat perekam (voice recorder) guna sebagai dokumentasi dan alat bantu peneliti untuk membuat transkrip verbatim.

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui resiliensi pada perempuan penyintas pelecehan seksual. Resiliensi merupakan konsep interaktif yang muncul dari keunikan individu ketika menghadapi tekanan berat atau kemalangan. Resiliensi dicirikan sebagai kemampuan individu untuk bangkit ketika menghadapi peristiwa tidak menyenangkan, dengan kestabilan emosi serta fungsi fisik maupun psikologis. Individu yang mengalami peristiwa tidak menyenangkan dan tidak memiliki ciri tersebut dikatakan sebagai individu yang tidak resilien (Scali, Gandubert, Ritchie, Soulier, Ancelin, & Chaudieu, 2012). Resiliensi dapat didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengurangi kerentanan

psikologis saat menghadapi risiko dari lingkungan, mengatasi stres dan situasi yang tidak menguntungkan, atau mampu menghasilkan kebaikan meskipun dalam kondisi penuh risiko (Rutter, 2012).

Resiliensi salah satunya ditinjau dari aspek regulasi emosi. Gross & John (2003) mengemukakan bahwa regulasi emosi merupakan pemikiran atau peringatan tentang bagaimana individu mengalami dan mengungkapkan emosinya. Semua subjek merasa marah ketika dilecehkan atau sadar telah dilecehkan. Tiga dari lima subjek (DP, SD dan AP) baru menyadari peristiwa yang dialami adalah pelecehan seksual lebih dari lima tahun. Hal tersebut membuat tiga subjek merasa menyesal karena tidak dapat memberikan perlawanan pada saat dilecehkan. Tiga dari lima subjek (DP, SD, dan AP) juga merasa takut setelah sadar dilecehkan karena pelaku dari pelecehan yang dialami adalah orang terdekat dan kerap bertemu. Semua subjek telah dapat menghilangkan perasaan yang dirasakan setelah dilecehkan maupun sadar telah dilecehkan. Cara-cara yang digunakan oleh subjek adalah dengan meninggalkan pelaku, menyadari perbuatan yang dilakukan sia-sia, ingin menunjukkan prestasi kepada orang tua, dan seiring berjalannya waktu. Salah satu cara untuk meningkatkan resiliensi adalah kemampuan individu untuk meregulasi berbagai emosi negatif menjadi emosi positif atau sering disebut sebagai regulasi emosi (Tugade & Fredrickson, 2007). Schoon (2006) mengemukakan bahwa regulasi emosi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terbentuknya resiliensi pada individu.

Pengendalian impuls merupakan aspek kedua dari resiliensi. Pada hasil penelitian ini dijelaskan bahwa muncul adanya pengendalian impuls. Semua subjek merasa marah dan ingin melakukan tindakan kepada pelaku seperti membunuh, melapor, memarahi, dan mengajak bicara. Namun semua itu tidak dilakukan oleh subjek karena faktor internal dan eksternal. Muhid, Khariroh, Fauziyah, & Andiarna (2018) menjelaskan bahwa dengan adanya dukungan sosial orang-orang terdekat, para penyintas yakin mampu menjalani hidup dengan lebih baik lagi. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa pada faktor eksternal seperti yang terjadi pada subjek MS, subjek tidak membunuh pelaku karena ingat dengan

anak-anak subjek yang sama halnya anak subjek merupakan salah satu bentuk dukungan sosial. Selain itu ada faktor internal contohnya pada subjek OMB tidak memarahi pelaku karena tidak tega dan pada subjek AP yaitu subjek ingin tidak terjebak dalam sebuah situasi dan memperbaiki hidup. Sedangkan subjek DP, SD dan tidak melakukan tindakannya karena tidak ingin masalah menjadi lebih rumit.

Sisca, & Moningga (2008) menunjukkan bahwa dampak psikologis akibat tindak kekerasan seksual pada si korban adalah cenderung menyalahkan keadaan dan orang lain di sekitarnya sehingga sulit menerima masa lalunya. Hasil dari penelitian ini juga menjelaskan bahwa dua dari lima subjek (DP dan SD) merasa hina dan tidak suci lagi lebih dari satu tahun, dan pada subjek MS pelecehan yang dialami membuat subjek tidak ingin menikah lagi. Pada subjek AP, subjek merasa trauma yang dapat dihilangkan dengan cara subjek masuk ke dalam dunia alkohol, rokok dan narkoba. Sejalan dengan Campbell, Dworkin, & Cabral (2009) yang menunjukkan bahwa dampak perempuan korban tindak kekerasan seksual cenderung mengalami gangguan stress pascatrauma, depresi, bunuh diri, dan terlibat penggunaan narkoba Selain itu subjek AP menjadi lesbian karena kebencian subjek dengan laki-laki khususnya pelaku. Selain luka pada psikologis penyintas, pelecehan seksual juga membuat luka fisik yaitu pada subjek OMB, subjek hamil kemudian di aborsi dan hal tersebut membuat subjek menderita infeksi rahim sehingga harus dikiret.

Semua subjek menerima apabila ada sesama penyintas ingin bercerita kepada subjek dan mereka mempunyai pesan tersendiri untuk sesama penyintas pelecehan seksual. Semua subjek akan mendengarkan dan memberikan motivasi kepada sesama penyintas pelecehan seksual. Sejalan dengan hasil penelitian Muhid, Khariroh, Fauziah, & Andiarna (2018) bahwa perasaan bahagia muncul karena para penyintas bertemu dengan teman-temannya yang senasib di tempat tersebut, penyintas juga merasa senang karena sama-sama merasa memiliki pengalaman traumatik yang sama. Hasil tersebut menjelaskan bahwa adanya empati dari subjek kepada para penyintas pelecehan seksual lainnya.

Kelly, Albutt, Kabanga, & Anderson menjelaskan bahwa layanan yang tidak berfokus pada penyintas kejahatan seksual, tetapi juga kepada anggota



keluarga, karena dukungan keluarga turut membantu terhadap pemulihan korban. Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi subjek dalam beresilensi beragam. Pada subjek DP, OMB dan SD memiliki kesamaan pada faktor yaitu keinginan subjek untuk dapat membanggakan keluarga subjek dengan memikirkan masa depan dan akhirnya memperjuangkan hidup dengan lebih baik. Peran dari orang-orang terdekat juga menjadi faktor yang mempengaruhi subjek dalam beresilensi. Seperti pada subjek MS, anak subjek merupakan faktor terbesar pendukung subjek untuk resiliensi. Pada subjek AP, selain terdapat faktor internal dan eksternal terdapat pula faktor resiko seperti minum-minuman keras, merokok dan mengkonsumsi obat terlarang.

Resiliensi merupakan konsep interaktif yang muncul dari keunikan individu ketika menghadapi tekanan berat atau kemalangan. Literasi penelitian terdahulu menganalogikan resiliensi seperti proses melentingnya bola bekel. Proses tersebut merupakan perumpamaan bagi individu yang terpuruk namun mampu bangkit kembali ke kondisi psikologis sebelum menghadapi kemalangan (Dale, Cohen, Kelso, Cruise, Weber, Watson, Burke-Miller, & Brody, 2014). Dari hasil penelitian ini menjelaskan bahwa semua subjek telah berhasil bangkit dalam bentuk sudah percaya diri dengan caranya masing-masing. Ada yang dengan acuan orang lain untuk dapat kembali percaya diri maupun dari dalam diri subjek sendiri. Subjek MS, DP, SD dan AP dapat kembali percaya diri dengan usaha sendiri atau keyakinan dalam diri sendiri. Sedangkan pada subjek OMB menggunakan catatan kecil yang sering dilihat guna motivasi subjek. Selain itu orang-orang terdekat juga berpengaruh seperti subjek MS. Pengalaman hidup juga dapat menjadi penguat kepercayaan diri seperti yang dialami subjek AP.

#### **4. PENUTUP**

Berdasarkan analisis dan pembahasan pada temuan penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa kelima informan sudah beresilensi. Resiliensi dapat ditinjau dari aspek regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri dan reaching out. Resiliensi disebabkan oleh faktor eksternal dan faktor internal. Resiliensi pada subjek berfungsi untuk mengubah

pengalaman tidak menyenangkan karena terjadinya pelecehan seksual menjadi sesuatu yang positif. Perilaku subjek dalam menyikapi pelecehan seksual, yaitu dengan cara lebih mementingkan orang-orang yang menjadi pendukung dalam beresiliensi dan memikirkan masa depan atau memperjuangkan hidup lebih baik.

Saran bagi penelitian selanjutnya yang akan meneliti variabel yang sama adalah untuk menggali pada subjek dengan bentuk dukungan-dukungan yang berbeda. Subjek dengan dukungan yang berbeda memiliki kemungkinan perbedaan resiliensi dan tentunya penyebab mengapa hal itu berbeda. Peneliti juga diharapkan untuk memilih subjek yang belum dikenal, sehingga hasil yang diperoleh dapat maksimal dan tentunya objektif.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Asriandari, E. (2015). Resiliensi Remaja Korban Perceraian Orangtua. *Jurnal Bimbingan dan Konseling* , Vol. 9 No. 4, 1-8.
- Aunillah, F., & Adiyanti, M. G. (2015). Program Pengembangan Keterampilan Resiliensi untuk Meningkatkan Self-esteem pada Remaja. *Jurnal Psikologi UGM* , Vol. 1, No. 1, 48-63.
- Bhat, R. H., & Khan, S. M. (2018). Dimensionality and Psychometric characteristics of Psychological Resilience Scale. *Journal of Research and Analytical Reviews* , Volume 5 Issue 3 624-629.
- Campbell, R., Dworkin, E., & Cabral, G. (2009). *An Ecological Model Of The Impact Of Sexual Assault On Women's Mental Health*. Trauma, Violence, & Abuse, Vol. 10, No. 3, July 2009 225-246 DOI: 10.1177/1524838009334456
- CBerliana. (2016). *Salut! Korban Pelecehan Seksual Ini Bangkit dan Akhirnya*. Jakarta: suratkabar.id.
- Creswell, J. W. (2012). *Research Design : Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed Edisi Ketiga (Terjemahan oleh Achmad Fawaid)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Dale, S. K., Cohen, M. H., Kelso, G. A., Cruise, R.C., Weber, K. M., Watson, C., Burke-Miller, J. K., & Brody, L. R. (2014). *Resilience among women with HIV: Impact of silencing the self and socioeconomic factors*. Roles. 2014 March 1; 70(5-6): 221–231. doi:10.1007/s11199-014-0348-x.
- Freitas, D. F., Coimbra, S., Marturano, E. M., Marques, S. C., Oliveira, J. E., & Fontaine, A. M. (2017). Resilience in the face of peer victimisation and

- discrimination: The who, when and why in five patterns of adjustment. *Journal of Adolescence* , 19-34.
- Hakim, L. (2004). *Buku Pegangan Kuliah : Metodologi Penelitian*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Herdiansyah, H. (2015). *Metodologi penelitian kualitatif untuk ilmu psikologi*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Izzaturrohman, & Khaerani, N. M. (2018). Peningkatan Resiliensi Perempuan Korban Pelecehan Seksual Melalui Pelatihan Regulasi Emosi. *Jurnal Penelitian Psikologi* , Vol. 3, No. 1, 117-138.
- Kelly, J., Albutt, K., Kabanga, J., Anderson, K., & Vanrooyen, M. (2017). *Rejection, acceptance and the spectrum between: understanding male attitudes and experiences towards conflict-related sexual violence in eastern Democratic Republic of Congo*. BMC Women's Health (2017) 17:127 DOI 10.1186/s12905-017-0479-7
- Moleong, L. J. (2010). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Muhid, A., Khariroh, L. M., Fauziyah, N., & Andiarna, F. (2019). *Quality of Life Perempuan Penyintas Kekerasan Seksual: Studi Kualitatif*. Journal of Health Science and Prevention Vol 3 No 1 April 2019 – ISSN 2459-919x
- P, A. D., & Suprati, V. (2014). Resiliensi Remaja Putri terhadap Problematika Pasca Orang Tua Bercerai. *JURNAL Psikologi Pendidikan dan Perkembangan* , Vol. 3, No. 3, 164-171.
- Parsons, S., Kruijt, A.-W., & Fox, E. (2016). A Cognitive Model of Psychological Resilience. *Journal of Experimental Psychopathology* , Vol 7, 3. 296-310.
- Reuters. (2016). *Survei: 93 Persen Kasus Pemerkosaan di Indonesia Tidak Dilaporkan* . Jakarta: voaindonesia.com.
- Rutter, M. (2012). *Resilience as a Dynamic Concept*. Development and Psychopathology 24 (2012), 335–344 Cambridge University Press 2012 doi:10.1017/S0954579412000028
- Saputro, I., & Nashori, F. (2017). Resiliensi Mahasiswa Ditinjau dari Pemaafan dan Sifat Kepribadian Agreeableness. *Jurnal Psikologi Islam* , Vol. 4 No. 2, 171-180.
- Sari, R. F., Sari, S. P., & Hernawaty, T. (2017). Resiliensi Remaja Stunting: Sebagian Merasa Sulit Bangkit dan Bertahan Menghadapi Permasalahan. *Jurnal Keperawatan BSI*, Vol. V No. 2 Sept 2017 , Vol. 5 No. 2, 74-82.
- Sarwono, J. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

- Scali, J., Gandubert, C., Ritchie, K., Soulier, M., Ancelin, M., & Chaudieu, I. (2012). *Measuring Resilience in Adult Women Using the 10-Items Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)*. Role of Trauma Exposure and Anxiety Disorders. Anxiety and Trauma Exposure in Resilience PLoS ONE June 2012 Vol 7 Issue 6 e39879
- Schoon, I. (2006). *Risk and Resilience*. Adaptations in Changing Times. Chapter 1. Cambridge University Press
- Shafique, S., Tabassum, N., Konstantopoulou, A., & Arslan, A. (2018). Antecedents of women managers' resilience: conceptual discussion and implications for HRM. *Journal of Organizational Analysis* .
- Shia, L., Suna, J., Weia, D., & Qiua, J. (2019). Recover from the adversity: functional connectivity basis of psychological resilience. *Journal of Neuropsychologia* , 20-27.
- Sisca, H., & Moningka, C. (2008). *Resiliensi Perempuan Dewasa Muda Yang Pernah Mengalami Kekerasan Seksual Di Masa Kanak-kanak*. Jurnal Psikologi Volume 2, No. 1, Desember 2008
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2007). *Regulation Of Positive Emotions: Emotion Regulation Strategies That Promote Resilience*. Journal of Happiness Studies (2007) 8:311-333 DOI 10.1007/s10902-006-9015-4
- Wardhani, R. H., Sunarti, E., & Muflikhati, I. (2017). Ancaman, Faktor Protektif, Aktifitas, dan Resiliensi Remaja: Analisis Berdasarkan Tipologi Sosiodemografi. *Jur. Ilm. Kel. & Kons* , Vol. 10, No. 1, 47-58.
- Yudha, I. N., & Tobing, D. H. (2017). Dinamika Memaafkan pada Korban Pelecehan Seksual. *Jurnal Psikologi Udayana* , Vol.4, No.2, 435-447.
- Yuliani, S., Widiyanti, E., & Sari, S. P. (2018). Resiliensi Remaja Dalam Menghadapi Perilaku Bullying. *Jurnal Keperawatan BSI*, Vol.6 No.1, 77-86